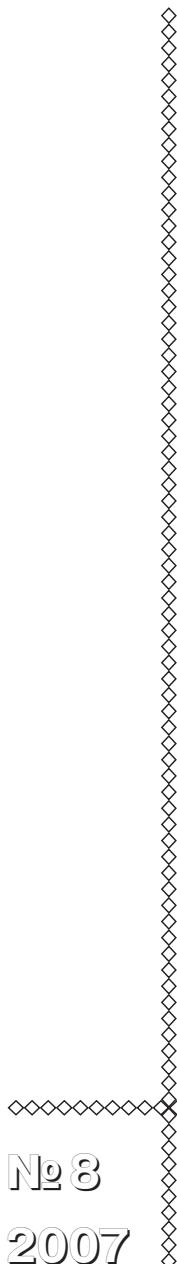
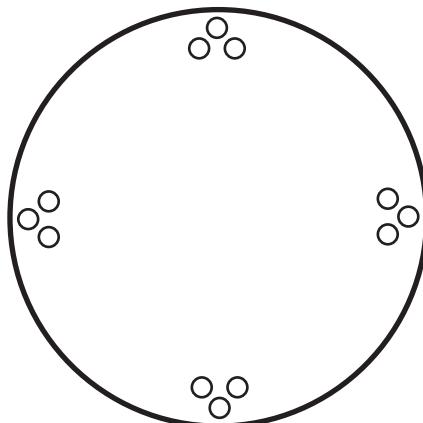


ЗЕРКАЛО

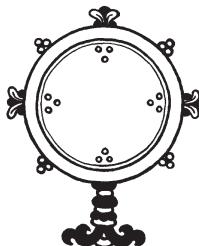
ИНФОРМАЦИОННЫЙ БЮЛЛЕТЕНЬ
РУССКОЯЗЫЧНОЙ ДЗОГЧЕН-ОБЩИНЫ



№8
2007

СОДЕРЖАНИЕ

НОВОСТИ ДЗОГЧЕН ОБЩИНЫ	3
ЧОГЬЯЛ НАМКАЙ НОРБУ. УЧЕНИЯ ТЕРМА	7
ЧОГЬЯЛ НАМКАЙ НОРБУ. СОТРУДНИЧЕСТВО БЕЗ НАПРЯЖЕНИЯ	12
ПРИМА МАИ: ПОЯСНЕНИЯ К ТАНЦУ ВАДЖРА	17
ДУХОВНОЕ РОДСТВО ДЗОГЧЕН ОБЩИНЫ И САНГХИ РИМЭ	22
МОЛИТВА К ПРОЯВЛЕНИЯМ МАНДАРАВЫ	25
ДРУБЧЕН ДЖНЯНАДАКИНИ	34
ПЕРВЫЙ РЕТРИТ В ВОСТОЧНОМ МЕРИГАРЕ	39



НОВОСТИ ДЗОГЧЕН ОБЩИНЫ

НОВАЯ КНИГА УЧЕНИЙ ЛОНГСАЛ

Книга Чогьяла Намкай Норбу – седьмой том из цикла Лонгсал – вышла недавно на тибетском и английском языках в рамках проекта «Полное собрание работ Чогьяла Намкай Норбу». Она содержит четыре Упадеши и историю их открытия. Эти учения были получены во снах, в период с 1959 по 2001 год.

Благодаря выдающейся ясности, всеобъемлющей мудрости и реализации нашего Учителя Чогьяла Намкай Норбу, все ученики Ринпоче имеют возможность получить передачу этих уникальных и невероятных Учений. Ринпоче будет учить, объяснять, передавать и комментировать эти замечательные Учения с его бесконечным состраданием, на протяжении нескольких ретритов.

Ринпоче получил эти Учения во снах и затем записал их на тибетском. Если бы эти Учения были бы доступны нам только на тибетском, они не принесли бы столько пользы для нас, так как у нас нет способности понимать этот язык, и особенно столь глубокие наставления. Поэтому, нам необходимо объяснение этих слов.

Чтобы переводить Учения с тибетского, нужны особые навыки. Необходимо не только обучаться в течении, по меньшей мере, пятнадцати лет, но также развивать свою практику, чтобы иметь возможность понимать смысл на тибетском и передавать слова и значение текста точно и правильно.

Адриано Клементе, который является учеником Ринпоче с 1976 года, назначен Ринпоче ответственным за перевод всех его текстов то есть проекта «Полное собрание работ Чогьяла Намкай Но-



НОВОСТИ ДЗОГЧЕН ОБЩИНЫ



бу». На нашем сайте www.completeworks.info вы сможете прочесть о тех книгах, которые Адриано уже перевел и тех текстах, которые еще нужно перевести.

Международная Дзогчен-Община, в сотрудничестве с международным Институтом Шанг-Шунг, пытается собрать средства, чтобы Адриано смог полностью посвятить себя переводам, и он будет получать небольшую пенсию, когда ему исполнится 68 лет. Если вы считаете, что работа Адриано полезна и ценна для поддержания вашей личной практики и понимания, мы были бы счастливы, если бы вы помогли поддержать наши усилия. Пожалуйста, используйте наш сайт для перечисления пожертвований (<https://ilux1.idata.at/completeworks/cw-donations.php>) с помощью карты «виза» или «мастеркард». Каждый, кто поддержит нас суммой более чем 100 евро, получит 7-й том Лонгсал и замечательный кристалл с буквой «А» внутри, которые мы перешлем вам бесплатно. Книга стоит 15 евро и можете приобрести ее в одном из магазинов Института Шанг-Шунг по адресу www.shangshunginstitute.org

Я хочу поблагодарить всех спонсоров и жертвователей, которые поддержали нас своей щедростью и добротой, чтобы мы смогли реализовать наши проекты.

*С наилучшими пожеланиями и большой благодарностью,
Оливер Лейк*

*Менеджер проекта издания Полного
собрания работ Чогьяла Намкай Норбу.*

*E-mail: office@completeworks.info
Web: www.completeworks.info*



Перевод: Е. Глинская

НОВОСТИ ДЗОГЧЕН ОБЩИНЫ

Дорогие друзья,

Мы рады представить первый выпуск официального журнала Института Шанг-Шунг под названием «Понья» (Phonya). Название журналу дал Чогъял Намкай Норбу. Понья – тибетское слово, которое означает «посланец» или «вестник». В этом издании рассказывается о действиях и проектах, которые ИШШ предпринимает по всему миру для сохранения тибетской культуры. Мы надеемся, что вас заинтересует информация о работе Института Шанг-Шунг. Скачать «Понья» в виде файла PDF можно по адресу:

http://www.shangshunginstitute.org/media/download_gallery/phonya-2007-1.pdf

Институт Шанг-Шунг выполняет много важных проектов для сохранения драгоценных Учений Чогъяла Намкай Норбу, сохранения тибетской культуры, обучения западных учеников тибетской медицине, перевода текстов Дзогчен с тибетского языка. Институт также управляет пенсионным фондом для главных переводчиков Дзогчен Общины, чтобы они могли продолжать свою работу. Помимо этого, ИШШ тесно сотрудничает с Дзогчен Общиной, организовывая все веб-трансляции, издавая учения Ринпоче в книгах и на компакт-дисках, координируя семинары по Янтра-йоге, Танцу Ваджра и Санти Маха Сангхе.

Для реализации всех этих проектов необходимы не только искренние люди, которые преданы своему делу и сотрудничают, но и хорошая финансовая основа. Чтобы гарантировать плодотворную работу в будущем, Институту жизненно необходимо больше финансовых ресурсов. Чтобы привлечь средства, Институт организовал международную лотерею. Каждый, пожертвовавший деньги на билет, может выиграть замечательные призы, например, статуэтку Гараба Дордже, полностью позолоченную, высотой 33 см, весом в 3,3 кг.



НОВОСТИ ДЗОГЧЕН ОБЩИНЫ

В этой лотерее шанс выиграть намного больше чем в любой другой – поскольку билетов всего шестьсот, а призов 30 – то есть шансы 1 к 20-ти. В лотерее три уровня, в каждом из которых можно выиграть три статуэтки или другие ценные призы. Прочесть подробные описания статуй и призов и купить билет можно в Интернете по адресу <http://www.ssi-austria.at/ssi-enql/lottery-frame-enql.htm>

Помните, что каждый билет – это не только шанс выиграть, но и реальная поддержка действий и проектов Института Шанг-Шунг.

*С наилучшими пожеланиями,
Оливер Ляйк, Луиджи Оттавиани и Паола Замперини
Международный институт Шанг-Шунг
<http://www.shangshunginstitute.org>*

ВЫБОРЫ ГАНЧИ РУССКОЗЫЧНОЙ ДО

На ретрите в Восточном Меригаре Чогъял Намкай Норбу предложил сформировать ганчи русскоязычных стран, который будет состоять из представителей разных регионов. (см. стр. 38-39)

Местные общины выдвинули в русскоязычный ганчи следующих представителей:

Эстония – Светлана Коллякова

Латвия – Ирина Пустовит

Литва – Алгис Лукошявичус

Украина – Андрей Беседин

Дальневосточный регион России – Анастасия Земских

Байкальский регион – Сергей Саблин

Центральный регион России – Вадим Арзамасцев

г. Санкт-Петербург – Елена Полагаева

г. Москва – Ульяна Соколова

Список представителей подан Чогьялу Намкай Норбу для утверждения.



Чогъял Намкай Норбу

УЧЕНИЯ ТЕРМА – ОБНОВЛЕНИЕ ПЕРЕДАЧИ

Когда вы получаете учения любого рода, особенно связанные с Тантрой или Дзогчен, вам нужно знать источник этого учения и его связь с линией передачи. Учение имеет свой источник и принцип, и можно понять, что это не что-то кто-то изобрел. Если кто-то изобрел его благодаря своему интеллекту, оно не будет действенно. Учение должно быть передано полностью просветленным существом, таким, как Будда Шакьямуни, Гараб Дордже или Ваджрасаттва.

Всегда есть источник учения и непрерывная линия от этого источника к учителю, от которого вы получаете это учение. Очень важно, чтобы вы понимали линию передачи и источник учения. Если однажды вам понадобится передать это учение, то вам нужно знать, от кого оно исходит. Поэтому всегда, когда я даю учение, я стараюсь, чтобы вы поняли, каков источник учения.

Чистое видение

Также можно получить передачу через тагнанг, чистое видение. Если мы хорошие практикующие Дзогчен Лонгде, Тогел или Янгти, то мы можем развить чистое видение, посредством которого могут проявиться Гуру Падмасамбхава, Гараб Дордже и другие учителя, и мы можем получить учения и прояснения. Причина в том, что мы уже получили и связаны с передачей, которая жива в нас, и посредством которой мы можем установить отношения с этими учителями.



Когда есть такая передача учения, это называется *тагнанг*.

То же самое относится ко многим учениям Намчо Мингьюра Дордже (1645–1667). *Намчо* – это название, данное ученикам Мингьюра Дордже. *Нам* означает «пространство», что означает «учение», так что вместе это называется «учения пространства». Что это означает? Это означает, что видения самбхогакай проявляются в пространстве, и что он получил передачу от этих проявлений.

Практика шитро из этого цикла учений – это пример такого вида передачи. В конце практики шитро сказано, что когда Мингьюру Дордже было 12 лет, Ваджрасаттва однажды проявился в его видении, пока тот выполнял сидячую практику, и передал ему учения. Он немедленно надиктовал учение своим ученикам, которые его записали. Так что намчо означает «учения, исходящие из пространства», но на самом деле они исходят не из пространства, а из проявления Ваджрасаттвы. Обычно подобные учения называют *тагнанг*.

Другой очень интересный аспект *тагнанг*, и знаменитый пример учений Дзогчен *тагнанг* – это видения, которые приходили к первому Дуджому Ринпоче. Дуджом Ринпоче, который недавно умер, был перерождением тертона Дуджома Лингпы (1835–1903). Когда первый тертон Дуджом Лингпа был в созерцании тогел, практики, в которой можно получить много видений, в его видении проявилось тигле или сфера, в которой было проявление Гуру Цокье Дордже, или Гуру Падмасамбхавы в образе Самбхогакай, который передал ему учение. Оставаясь в состоянии созерцания, Дуджом Лингпа получил это послание и затем повторил все полученные учения двум ученикам, которые были рядом и записали их.

Они составляют очень обширный том чистых учений Дзогчен, которые очень интересные. Если мы их прочитаем, то можем увидеть, что это не что-то, сочиненное интеллектуально. Это учение называется *тагнанг еще трава*. *Тагнанг* означает, что это учение, которое пришло в чистом видении, *еще* означает «мудрость», *трава* означает «сеть» или «явление посредством света». Это пример *тагнанг*, и есть много подобных учений.



Сны

Другой аспект тагнанг может проявляться в снах, и есть много учителей, у которых были подобные учения. Например, я получал в своих снах и Танец Ваджра и образ мандалы, на которой он танцует. Они не являются чем-то, что не существовало раньше, конечно же принцип Танца Ваджра и Песни Ваджра существовал в тантрах Дзогчен, хотя не было Танца Ваджра, который танцевали на мандале, или точного образа мандалы. Это все я получал в снах, не только в одном сне однажды ночью, а на протяжении многих месяцев. Я записываю все учения, которые получаю во снах. Можете видеть, что есть много типов учений, и многие из учений, которые называются терма, возникают из ясности ума.

Сокровище ума

Есть еще один аспект передачи, который в целом называется *гонгтер*. *Гонг* – это состояние ума, а *тер* – это сокровище, которое помещают в ум и которое затем проявляется. У нас есть много интересных учений *гонгтер*. Например в Упадеше Дзогчен есть раздел учений, которые называются *Кадро ньингтие*, что значит «Сущностные учения дакини». Гуру Падмасамбхава дал эти учения, и сохранил их, как терма, чтобы сберечь в будущем учения и передачу в чистоте. Он вложил этот тер в ум дочери тибетского царя Трисонга Деуцена. Дочь была очень молода и при смерти. Вообще-то в рассказах говорится, что она уже умерла. Царь ужасно переживал и спросил: «Почему я должен так страдать? Моя дочь так молода, и уже умерла».

Гуру Падмасамбхава рассказал ему историю. В очень древние времена он с Шантараракшитой и царем все работали над строительством очень большого *чортена* (ступы) Боднатх в Катманду, что в Непале. Однажды при строительстве этого чортена царь Трисонг Деуцен раздавил комара, который укусил его. Пока комар кусал его, царь хлопнул по месту укуса и случайно убил комара, не имея такого намерения. Он прервал жизнь и создал негативное действие. Была очень точная связь между этим комаром и Трисонгом Деуценом, и



чтобы получить отплату за кармический долг, комар переродился его дочерью. Однако, у нее не было благой кармы, чтобы прожить долгую жизнь в общении с ним. Гуру Падмасамбхава объяснял так, чтобы царь понял и не переживал сильно.

Тогда царь попросил Гуру Падмасамбхаву: «Пожалуйста, сделай что-нибудь. Что мы можем сделать, чтобы принести какую-то пользу?» Гуру Падмасамбхава сказал: «Не беспокойся. Хотя твоя дочь очень маленькая, она уже получила важную передачу учения, которая принесет значительную пользу для ее реализации». Чтобы порадовать царя и принести пользу в будущем, Гуру Падмасамбхава призвал сознание дочери назад в ее труп, дал ей особое ознакомление и поместил терма Кадро ньингтиг в её ум.

Спустя много жизней эта дочь переродилась тертоном Пема Ледрел Цал (1291–1315), который даже когда был очень молод, имел большие способности. Ему пришли все эти учения Кадро Ньингтиг, он записал их и передал. Третий Кармапа, Рангджунг Дордже (1284–1339) очень заинтересовался, получил их и стал держателем этой линии.

Прежде, чем Пема Ледрел Цал смог записать все эти учения, он умер. На то также была весьма точная причина. Его следующим перерождением стал Лонгченпа, который, еще будучи очень маленьким, стал провозглашать, что он Пема Ледрел Цал. Он учился и стал очень знаменитым ученым, и чтобы завершить собрание учений Пема Ледрел Цала, он написал *Кадро янгтиг*, один из четырех разделов учений Упадеши, которые входят в *Ньингтиг яжи*.

Эти учения обычно называют *терма ума*, и есть много их разновидностей. Когда появляется такой вид *терма*, то линию передачи называют прямой. Однако, прямая линия никогда не продолжается без официальной линии передачи. Они всегда должны быть связаны воедино, поскольку мы живем в ограниченных человеческих условиях. Например, когда мы занимаемся изучением истории, то у нас всегда должно быть какое-то доказательство, к которому мы можем обратиться. Таким же образом, недостаточно сказать, что это *терма* чьего-то ума. Можно многое прояснить, но чтобы у не-

го было основание, рассказ относят с социальными условиями и с учением.

Учения *кама* (длинной устной линии) очень важны, и терма украшают и обогащают это знание, и прежде всего, освежают передачу. Иногда в передаче *кама* могут быть некоторые проблемы, поскольку линия передачи от учителя к ученику должна быть очень чистой. Если она не чиста, и создаются какие-то проблемы, то это становится препятствием для действия передачи. Вот почему она должна быть связана с передачей *терма*.

Перевод: А.Беседин

Фрагмент книги *Dzogchen Teachings*
by Chogyal Namkhai Norbu,
SnowLion Publications, глава 11
Печатается по The Mirror №85





СОТРУДНИЧЕСТВО БЕЗ НАПРЯЖЕНИЯ

*Рассказ Чогъяла Намкай Норбу про ганчи,
его происхождение и функции на собрании
по поводу обновления ганчи Ташигара Норте*

*Остров Маргарита, Венесуэла
6 апреля 2007*

Я понимаю, что здесь все собрались в основном по поводу обновления ганчи Ташигара Норте. Большинство людей здесь уже знают, что такое ганчи в Дзогчен Общине, поскольку ганчи это что-то важное и необходимое для сохранения Дзогчен Общины. Мы живем в обществе, а оно имеет свои ограничения, поэтому мы должны жить согласно этим условиям и ограничениям. Например, когда мы начали Дзогчен Общину, было лишь несколько человек и не было проблем. Не было организации, но мы все развивались. Когда мы начали расти и выросло число людей и мероприятий, тогда нам понадобилась организация, поскольку мы живем в обществе. Мы не можем ничего сделать без организации. Обычно организация создает иерархическую систему: одни командуют, другие исполняют.

Когда я учил в Неаполитанском университете, мы пытались что-то начать, сняли дом и сделали своего рода программу. Когда я увидел программу, то начал беспокоиться, поскольку она начиналась точно так же, как начинали многие дхарма-центры; у многих дхарма-центров были дома для проведения ретритов, но люди чувствовали, что это их собственность: организовывали мероприятия и жили на этот доход. Люди участвовали и приглашали учителей, и так далее. Это обычная система.

oooooooooooooooooooooooooooo

Я беспокоился, поскольку если мы не организуемся правильно, то не сможем развиваться, но мне не хотелось, чтобы мы были организованы таким образом, ведь это не соответствует тому, что я учу. И я подумал: «Что же делать? Мы уже купили Меригар, но мы действительно не знали, как развиваться.

В то время я был в США и я летел из Санта-Фе в Нью-Йорк, и в полете я придумал идею с ганчи. Я выбрал ганчи из-за его формы, состоящей из трех цветов; и три цвета соответствуют трем аспектам – тела, речи и ума. Где есть тело, речь и ум, существует индивид и его функции. Я подумал, что возможно нам стоит организовать не-иерархичную систему, иначе некоторые люди захотят возглавить эту группу, почувствуют себя своего рода хозяевами, а за пару лет станут как бы начальниками. У нас есть такая тенденция в человеческих условиях: когда люди получают ответственность, то считают, что имеют положение. Многие входящие в ганчи ощущают, что они имеют власть, люди так думают. Это очень плохо. Если у нас есть такого рода система, нам не нужен ганчи. Ганчи означает, что мы сотрудничаем и гармонизируем, мы служим другим.

В учениях буддийской сутры, мы приносим пользу другим и всегда готовы действовать ради их блага. Это принцип Махаяны. Поэтому следует думать, что работа в ганчи – это служение другим, служение Дзогчен Общине – для тех людей, которые интересуются учением и продолжением учения. Это благое действие. Это часть практики. Но если мы думаем, что теперь я стал частью ганчи, я теперь руководитель и у меня есть власть делать то или это – тогда совсем наоборот, наше это становится более и более гигантским. Если в ганчи есть двое-трое, которые не соглашаются и борются друг с другом, почему они борются? Они сражаются за собственную власть и положение.

Если вы серьезно подумаете о принесении блага другим, то проблем не будет. Если в ганчи есть проблемы, это означает, что есть это. Там, где есть это – всегда есть конфликты. Многие годы у нас были ганчи и казалось, что есть теоретическое понимание, а не практическое. Это не только ошибоч-

ное применение принципа ганчи, это еще и ошибка практики – невыполнение практики и необъединение со смыслом учения. Если вы объединяетесь со смыслом учения, то нет проблемы. У нас были такие проблемы во многих местах. В особенности здесь, на Маргарите, у нас были такие проблемы два или три года. У нас было много проблем в ганчи – казалось, люди не понимают, что такое ганчи и каким он должен быть. Сегодня мы начинаем новый ганчи, и все кажется хорошо, а на следующий день есть борьба и напряжения развиваются. Это нехорошо. Поэтому я думаю, что люди должны немножко научиться, каким должен быть ганчи, что им стоит и что не стоит делать.

Например, поскольку синий цвет соответствует уму, синий ганчи должен заботиться о практиках, ретритах и организации: все, что относится к этой области. Красный ганчи заботится о программах, проектах и строительстве, и в основном занимается такими действиями. Желтый ганчи должен заботиться прежде всего о деньгах, это номер один. Деньги не номер один в Дзогчен Общине, номер один – это учение и его сохранение. Но все относительно, без денег мы мало что сможем. В особенности, если у нас есть деньги, эти деньги исходят от людей, которые имеют преданность учению. Деньги – это что-то вроде крови, человеческой крови и мы не можем расходовать их повсюду и просто. Иногда мы делаем ретрит и зарабатываем какие-то деньги. В тот момент кажется, что денег много, мы их учитываем, а потом не знаем, куда же они подевались. Чаще всего у нас есть такие проблемы. Это нехорошо, и это означает, что желтый ганчи не работает. Желтый ганчи должен заботиться о том, сколько денег есть, и как они расходуются, нужно это понимать. Не то, чтобы желтый ганчи определяет, как мы тратим деньги, это обязанность всего ганчи, но если мы тратим или используем деньги, желтый ганчи должен вести учет этих денег очень точным образом, или всегда будет подобная проблема.

Иногда разные цвета ганчи не сотрудничают. Некоторые люди говорят, что это не их дело, поскольку эта деятельность не соответствует их цвету, и они не общаются. Это означает,

oooooooooooooooooooooooooooo

что у них есть эго и они чувствуют, что занимают какое-то положение. Нужно сотрудничать друг с другом, но не только с ганчи. Здесь на Маргарите, например, у нас есть ситуация, которая немного отличается от других гаров. Тут много домов, людей, которые с самого начала здесь живут. Поэтому тут другая организация и разные её ветви также должны сотрудничать. Они из одной семьи. Конечно, Ганчи всегда важнее в Дзогчен Общине, важнее любой другой организации в Дзогчен Общине, важнее любой другой организации, поскольку ганчи несет ответственность за сохранение учения и Дзогчен Общины. Это самое главное. Но даже если это самое важное, это не означает, что можно думать, что вы теперь правите всем. Люди в ганчи должны сотрудничать, когда переди ними стоят задачи, а не создавать проблемы вместе этого.

Я очень надеюсь, особенно здесь, что люди разовьют своего рода систему кооперации, как я предлагал при создании Дзогчен Общины. Если кооперативы будут развиваться, очень важно, чтобы ганчи сотрудничали и помогали – путем поддержки, а не контроля. Это самое главное.

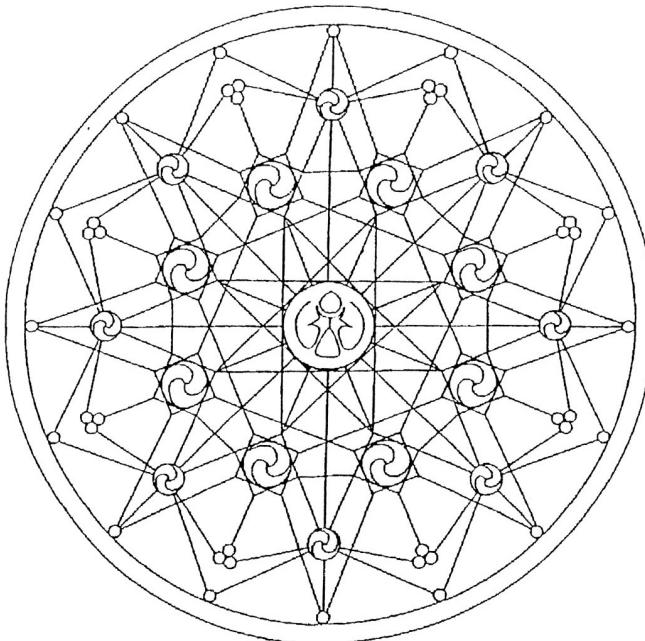
Некоторые спрашивают – а кто будет в ганчи? Я не знаю, это зависит от людей. Люди, которые хотят быть в ганчи должны представить себя, и мы должны определиться и принять решение. Мы не можем поручить людям быть в ганчи. Никто это не может сделать. Если вы хотите быть в ганчи, нужно подумать над тем, каковы ваши возможности, что вы хотите делать, и что вы можете предложить. Вот таким образом мы должны обновлять в ганчи. Вы должны помнить, что мы обновляем каждый год, чтобы у нас не было иерархической системы. Люди могут обновляться в ганчи до трех лет, и после трех лет уже невозможно продолжать. Через три года развивается такое отношение, что люди становятся своего рода начальниками, и это нехорошо. Не обязательно заменять всех. Если кто-то не был в ганчи три года, они могут обновиться, если вы новичок и хотите быть кандидатом, то вы можете представить себя. Для меня самое важное не кто будет и кого не будет в ганчи. Важнее всего для меня, чтобы эти люди были практикующими и делали все, что можно, не



создавали проблем. Я не хочу никаких проблем, чтобы люди ссорились и развивались напряжения. Это нехорошо. Люди, которые служат в ганчи, должны сотрудничать с людьми, со всеми людьми в Дзогчен Общине. Это долг ганчи. Вот что я хотел сказать.

Перевод: А.Беседин

Печатается по: The Mirror# 85





Прима Mai

ПОЯСНЕНИЯ К ОБУЧАЮЩИМ КУРСАМ ТАНЦА ВАДЖРА

Январь 2004 г.

Практикующим, которые желают пройти тренинг учителей Танца Ваджра, следует:

* Быть членом Дзогчен-общины.

* Знать мужскую и женскую партии Танца Ваджра, которым обучают на данных курсах. Для участия в тренинге учителей первого уровня необходимо знать танец Шести Пространств и танец Трех Ваджр. Для участия в тренинге учителей второго уровня необходимо знать танец Песни Ваджра.

* Участвовать в тренингах учителей первого, второго или третьего уровня, по меньшей мере, дважды.

* Если участник заинтересован быть учителем местного уровня, и чувствует способность к обучению других, он должен принять участие в тренингах учителей первого, второго или третьего уровня, по меньшей мере, дважды.

Даже если кто-то выполнил все эти условия, он не становится учителем автоматически. Чогьял Намкай Норбу должен утвердить и уполномочить каждого нового учителя в сотрудничестве с главными учителями (Примой Маи и Адрианной Даль Борго). Те, кто уполномочены учить, получают дипломы первого, второго или третьего уровня, подписанные Чогьялом Намкай Норбу.

Перед тем как представить Ринпоче учителя местного уровня, один из главных учителей проводит совместно с



кандидатом «супервижн» – контрольный курс, где последний преимущественно учит и проводит занятия, а главный учитель – проясняет сомнения и дает кандидату рекомендации.

Тренинги учителей первого и второго уровня также открыты для практикующих, не заинтересованных быть учителями местного уровня. Эти курсы предназначены для углубления и уточнения знания Танца. В то же время, для посещения этих курсов обязательно хорошо знать мужскую и женскую партии, имея лишь небольшие сомнения касательно шагов и основных движений рук.

Курсы Танца Ваджра для продолжающих также предлагают возможность углубления знаний по этим практикам. Основное различие между курсами для продолжающих и тренингом учителей заключается в том, что знание участников курсов для продолжающих может значительно отличаться и знание обоих партий не является обязательным.

Практические рекомендации по организации пространства для курсов Танца Ваджра

Для курсов Танца Ваджра необходимо найти место, достаточно не только для мандалы, на которой практикующие будут танцевать, но в котором есть место (хотя бы по углам), чтобы участники могли сидеть вокруг мандалы. Для малой мандалы (Земля/Тело) с большим центром, вам понадобится площадь размером по крайней мере 8,80 x 8,80 метров.

Длительность курсов

Предложение по расчету количества дней.

Для курсов Танца Песни Ваджра лучше всего запланировать минимум шесть дней отдельно для первой и второй части. Поскольку это очень длинная и сложная практика, курсы лучше всего разделить на две части. Если вы хотите организовать курсы с учителем, чтобы выучить полный Танец Песни Ваджра, рекомендуется добавить несколько дней для отдыха, на которых можно практиковать танец самостоятельно, без пояснений учителя. Для курсов по Танцу Шести Пространств Самантабхадры планируйте минимум три дня.

<oooooooooooooooooooo>

Также для курсов по Танцу Трех Ваджр планируйте минимум три дня. Курсы для продолжающих могут длиться день или больше, в зависимости от обстоятельств и заинтересованности участников. Тренинги учителей должны длиться минимум семь дней.

Очень полезно добавить по меньшей мере один или более дней только для практики, на которых группа сможет упаковать свои знания по свежей памяти. Эти дни не требуют присутствия учителя. Также полезно организовать дополнительные практические дни до предстоящего курса и связать их с участниками курса.

Число участников

Для курсов Танца Ваджра максимальное число участников может быть десять мужчин и десять женщин, то есть две группы каждого пола. Учитель может хорошо обучать только пять участников за подход, а затем переключиться к другой группе из пяти человек. Таковы общие пожелания. Это также зависит от количества доступных мандал. Важно понимать, что если группа слишком велика, особенно на курсах для новичков, то время практики и обучения каждого участника будет очень ограничено. Вся организация и расписание курсов должна опираться на согласование с учителем.

Что необходимо для любых курсов Танца Ваджра:

- * Мандала (для переносных мандал также скотч для фиксации).
 - * Голубая свеча для центра или круглый кристалл (для мандал на открытом воздухе).
 - * Музыкальный центр и музыка для Танца Ваджра.
 - * Удобная одежда и мягкие тапочки или носки.
 - * Подушка или стул для учителя (особенно для путешествующих учителей).
 - * Вода/чай/легкая еда, стаканы и т.п. для учителя (а возможно также и для иногородних участников).
- * Так же полезно иметь небольшой алтарь для благовоний и изображений, помогающих в практике.



По окончании курса, на месте где проходили занятия проводится ганапуджа, если позволяют обстоятельства. Нужно добавить дополнительное время для неё, совместив с последним занятием.

Общая информация для обеспечения приглашенных учителей:

* если учитель приезжает из другого города, кто-то должен встретить его в аэропорту или на ж/д вокзале.

* заблаговременно свяжитесь с ним, если возможно через е-майл, оставив телефоны и адреса, которые могут быть необходимы или полезны учителю.

* отправьте информацию, касающуюся места проживания на период пребывания и того, кто встретит его в аэропорту или где-то еще.

* если возможно, используйте конверты для передачи денег на покрытие расходов инструктора, а также для любой другой компенсации.

oooooooooooooooooooooooooooo

Общие предложения и наблюдения

Поскольку у нас есть пособия в виде книг, видео и DVD для изучения Танца Ваджра, а также более опытные практикующие Танца Ваджра, то возможно следующие предложения окажутся полезны:

Если кто-либо заинтересован в изучении Танца Ваджра, то правильный способ изучения – это посещение курсов, проводимых уполномоченным инструктором.

Если у кого-то обстоятельства таковы, что этот человек решительно настроен изучать практику, но в обозримом будущем не имеет возможности участвовать в курсах, или же изучил Танец Ваджра повторяя за другими практикующими, или же по видео и книгам, то правильным отношением будет взять обязательство принять участие в курсах, чтобы проверить себя, и при необходимости, поправить себя при помощи инструктора. Не рекомендуется полагаться исключительно на видео, книги и т.п., или пропускать курсы для экономии средств.

Как показывает опыт, ошибки исправляются нелегко. Привычки формируются очень быстро и порой глубоко укореняются.

Для будущего практики Танца Ваджра наиболее благоприятно, если каждый практикующий возьмет на себя ответственность практиковать его в точности и правильным образом, согласно своим способностям. Поэтому, лучше всего с самого начала изучить его правильным образом и всегда сверяться с инструктором, в соответствии с советом нашего драгоценного Учителя.

Перевод: Максим Крутко

ДУХОВНОЕ РОДСТВО ДЗОГЧЕН-ОБЩИНЫ И САНГХИ РИМЭ

В прошлом номере «Зеркала» был опубликован документ о создании «Дамдрог – братства самайи» между Дзогчен Общиной и Сангхой Римэ. В нынешнем номере мы публикуем приложение к этому документу, поясняющее родство двух общин.

Духовное родство Дзогчен Общины

Духовное родство Дзогчен Общины происходит от Чогьяла Намкай Норбу, который основал Дзогчен Общину в семидесятые годы с намерением распространять учения Дзогчен во всей их полноте, согласно тому, как их передавал первоучитель Гараб Дордже, и которые включены в три раздела: ума (*Семде*), пространства (*Лонгде*) и тайных методов (*Упадеша*).

Главными учителями Чогьяла Намкай Норбу были: ригдзин Чангчуб Дордже, ученик Ньягла Рангрига, тертон; дядя по отцу тогден Ургьең Тендзин (который обрел радужное тело), ученик Адзома Другпа; его дядя по матери Къенце Чокьи Вангчуг, перерождение первого Джамьянга Къенце Вангпо; Аю Кандро, йогини, которая была ученицей первого Джамьянга Къенце Вангпо.

Другими учителями были в частности Друбдже Кунга Палден, Негьяб Ринпоче Лодро Гьяцо, Къенраб Чокьи Осер, Дзогсар Къенце Чокьи Лодро и Бо Гангкар Ринпоче.

Его линия передачи восходит к первоучителю Гараба Дордже, в нее входят учителя трех разделов Дзогчен.

oooooooooooooooooooooooooooo

В особенности, цикл учений Лонгсал, или Лонгчен осал кадро ньингтиг, который Ринпоче получал на протяжении многих лет в особой передаче кабэб, составляет сердце ньингтиг, как его практикуют в Дзогчен Общине. Танец Ваджра тесно связан с этой передачей. Другая важная традиция, которая сохраняется в Общине – это система Янтра Йоги Вайрочаны, переводчика и учителя Дзогчен восьмого столетия н.э.

Наконец, девять уровней тренинга Санти Маха Сангхи составляют постепенный курс изучения и практики, в которых все аспекты трёх разделов Дзогчен углубляются под руководством учителя.

Духовное родство сангхи Римэ

Родство сангхи Римэ проистекает от Лама Дени Тёндрупа, который основал Сангху Римэ в начале девяностых годов с благословения своего коренного учителя Къябдже Калу Ринпоче, перерождения великого Джамгона Контрула, который был основным преемником Ламы Норбу Тёндрупа (который обрел радужное тело), и от которого унаследовал все передачи Шангпа.

Сангха Римэ использует подход римэ в единстве Махамудры и Дзогчен (*phyag rdzogs zung 'jug*).

После Калу Ринпоче, главными учителями Ламы Дени были Видьядхара Трунгпа Ринпоче и Къябдже Бокар Ринпоче, который был главным учителем медитации в Кагью. Среди других учителей были их святейшества: Кармапа 16-й, Дуджом Ринпоче, Дилго Кьенце Ринпоче, Сакья Триндзин Ринпоче, а также Кангьюр Ринпоче и Чобгье Три Ринпоче.

Сангха Римэ следует передачам:

- Махамудры от индийских махасиддхов, которую распространил в Тибете Марпа Лоцава, и от Кьюнгпо Нэлджора в линии Марпа и Шангпа Кагью.

- Дзогчен от Гараба Дордже, Вималамитры и Падмасамбхавы, а в более недавнее время от Лонгчена Рабджама, Кармапы Рангджунг Дордже и Великого Джамгона Контрула.

Основные практики собраны в сущностном йогическом подходе двух джняна дакинь Сукхасиддхи и Нигума из Пяти золотых учений Кагью, а также в сущностном собрании



Дзогчена из *Ньингтиг ману*. Эти две системы составляли сердце *Лосум чосум* – трехлетних ретритных центров в Сангхе последние двадцать лет.

Следуя видению Калу Ринпоче и Дени Ринпоче, в основную деятельность Сангхи Римэ входят: шедра для изучения Дхармы с первым циклом в трехлетних программах; друпдра для йогических практик и программы общей передачи дхармы в повседневной жизни. Также в них входит особая янтрайога Калу Ринпоче. Все эти элементы интегрируются в постепенную динамику общины: локи сангхи (круги практикующих), а для старейшин – «Программа модульных передач», которая покрывает всю передачу в различных аспектах изучения и практики под личным руководством учителя.





МОЛИТВА К ПРОЯВЛЕНИЯМ МАНДАРАВЫ

Из терма ригдзина Самтэна Лингпы

Глава 38

Дакини Еше Цогьял выразила свою глубокую благодарность гуру, почтительно сделав простирания и поднеся мандалу. Молясь Господину Гуру из Уддияны, она произнесла: «Кье! Гуру Падмасамбхава, наследный принц страны Уддияна! В Сильвацел, Прохладной Роще, и восьми великих кладбищах, ты проявился как восемь воплощений. Теперь ты пребываешь в стране Тибет, поворачивая колесо Дхармы. Со своей великой добротой, ты даровал бесчисленные наставления о безмерно глубоком учении тайной мантры. Я, высшая предводительница дакинь, склоняюсь перед тобой, Господин Уддияны! Мы выражаем благодарность вам за дарование полного учения о Жизнях и Освобождении Верховной Дакини Мандараавы! Пожалуйста – ради блага тех, кто собрался здесь, так же как ради будущих поколений – я прошу вас передать нам сущностный текст о её просветленных действиях, который легко читается и вселяет веру. Пожалуйста, произнесите несколько мудрых слов ради нашего блага, с тем, чтобы мы могли очистить два загрязнения и получить благословения и духовные достижения. Я прошу вас теперь вновь говорить с нами со своей великой добротой и сочувствием!»

Гуру был чрезвычайно доволен её просьбой и сказал: «Послушай, что я скажу». Он наставлял: «Кто бы не читал эту молитву, должен делать это на рассвете, на коленях, со сложенными ладонями, с искренней преданностью». Затем драгоценный гуру начал петь:

Э ма xo!

В прошлой эре Бхаскара,
Будучи дочерью Царя Индрадевы, известной
как Пандаравасини,
Она упражнялась на пути, чтобы отречься от самсары
и достичь состояния Будды.
К стопам Мандаравы я припадаю и молю её!

Позже, в эру известную как Ратнавистирна
Она родилась в священной касте принцессой Натьенди
Сурьягарбха и всё его королевство были наставлены
на путь Дхармы,
К стопам Мандаравы я припадаю и молю её!

В Светлую Эру, когда Будда Канакамуни учил Дхарме,
С благословениями Будд трех времен,
Она беспрепятственно проявила пять воплощений на пяти
континентах для укрощения умов живых существ.
К стопам Мандаравы я припадаю и молю её!

Родившись принцессой у бога Брахмы и его супруги,
Она стала известна как Одзер Нангъен.
Все люди королевства Каники в Индии были наставлены
на путь Дхармы.
К стопам Мандаравы я припадаю и молю её!

Благодаря благословению арьев, в стране Дамару
Она родилась из лотоса и призвала Хаягриву в помощь.
Мирными и гневными способами королевство было
обращено на путь добродетели.
К стопам Мандаравы я припадаю и молю её!

В обители бога Индры, в стране Кангкари,
Она стала матерью Будды Дампа Тогкара и покорила
орды асуротов.
Она прославилась покорением всей страны, которая была
обращена на путь Будды.

oo

К стопам Мандаравы я припадаю и молю её!

В подземельной области на вершине горы драгоценностей,
Она проявилась как нагини, чтобы излечить все свирепые
болезни нагов,
Прославившись под именем Дхарминдра, она наставила
всех нагов на путь просветления.

К стопам Мандаравы я припадаю и молю её!

Будучи воплощением принцессы асур,
Она укротила орды завистливых асур.
Прославившись как Самантабхадри, она привела воинства
демонических асур к совершенствованию и
освобождению.

К стопам Мандаравы я припадаю и молю её!

В присутствии Будды Кастьяпы,
Она породила бодхичитту и воплотилась дочерью царя
Сукхапала названной Шри Сагара.
Она привела к полному просветлению сто тысяч монахинь.
К стопам Мандаравы я припадаю и молю её!

Во времена Будды Шакьямуни,
Она проявлялась двадцать пять раз, нельзя даже
представить, сколько было ещё её воплощений,
И все они открывали врата на путь колесницы Тайной
Мантры.

К стопам Мандаравы я припадаю и молю её!

Затем, в западном раю Сукхавати,
Где миллионы воплощений учили тайной мантре,
Её проявление дакини появлялось с каждым из них!
К стопам Мандаравы я припадаю и молю её!

Свет из пяти мест высшей супруги Пандаравасини
Распространился во все области блаженства,
чтобы проявиться как пять дакинь сферы истины.
Благословив и наделив силой слог ХРИ, этот свет снизошел

в страну Захор.
К стопам Мандаравы я припадаю и молю её!

Благодаря её чудесным силам, у её отца и матери, короля и королевы, были изумительные переживания во снах.
В мужском году деревянной лошади, на десятый день,
Она родилась и тут же произнесла звуки гласных и согласных!

К стопам Мандаравы я припадаю и молю её!

Сразу после своего рождения, она простила
перед родителями, чтобы воздать за их доброту,
И спела приятную песнь для всех, кто собрался.
Боги явились омыть её, и слава о ней облетела весь мир.
К стопам Мандаравы я припадаю и молю её!

Видя страдания рождения, старости, болезни и смерти,
она испытала глубокое отречение,
Её ум отвернулся от самсары и стал искусственным
В пяти науках святой Дхармы.
К стопам Мандаравы я припадаю и молю её!

В стране Гаутала, согласно предсказаниям
Мастера Дриме и Ваджраварахи, она выиграла дебаты
с еретиком Къябселом.
Она повергла и покорила всех еретиков того времени.
К стопам Мандараавы я припадаю и молю её!

В стране Захор, она наставила триста женщин на путь
И облегчила страдания короля и королевы из-за смерти
Принца Палде.
Она обнаружила мощи святого мудреца, что стали
главным объектом поклонения народа.
К стопам Мандаравы я припадаю и молю её!

Она примирила Бхета и Захор, прекратив войну между ними. Согласно предсказанию Пандаравасини, она наставила свою свиту на путь Дхармы.

oo

Она вознесла искренние молитвы, чтобы оставаться
в самсаре на благо других.
К стопам Мандаравы я припадаю и молю её!

Встретившись с царем, она обсуждала предложения о замужестве от королевских посланников со всех направлений.
Без привязанности к самсаре, она получила предсказание
от Ваджрасаттвы.

Ловко совершив побег, она приняла у наставника обеты
послушания.

К стопам Мандаравы я припадаю и молю её!

Тщательно изучая писания, она постигала Трипитаку,
И в приятной роще учила Дхарме пять сотен своих слуг
Она получила предсказание непосредственно
от проявления Гуру Падмасамбхавы.

К стопам Мандаравы я припадаю и молю её!

Прибыв в цветочный сад, она встретилась лицом к лицу
с гурой.

Когда она пригласила его в свой дворец учить Дхарме,
их заметил проходивший мимо пастух.
Разнеслись слухи, и король принял меры, чтобы наказать их.
К стопам Мандаравы я припадаю и молю её!

В ответ на попытки царя и королевы сжечь Гуру
Падмасамбхаву живьем, он явил чудотворные силы.
Король и министры преисполнiliсь сожалением.
Гуру остался с королем и королевой, и король всенародно
поднес Мандараву в супруги гуру Уддияны.
К стопам Мандаравы я припадаю и молю её!

Все мужчины страны Уддияны стали последователями гуру,
А Мандарава учила Дхарме всех женщин, и они обрели
освобождение.
Она достигла полного совершенства благодаря указующим
наставлениям мастера.
К стопам Мандаравы я припадаю и молю её!

Получив глубокие указания относительно Дхармы
Она вместе с гуру отправилась в пещеру Маратика
И во истину осуществила бессмертное состояние ригдзина
бесконечной жизни.
К стопам Мандаравы я припадаю и молю её!

В стране Котала она укрощала существ чудотворными
действиями.

И одержала победу над магией еретиков.
На кладбище Йогнду, она обязала орды чинящих
препятствия клятвой.
К стопам Мандаравы я припадаю и молю её!

Согласно предсказанию Падмасамбхавы,
Она отправилась в страну Чамара, где наставила всех
мужчин и женщин людоедов на путь Дхармы.
Они осуществили радужное тело, и вся страна опустела.
К стопам Мандаравы я припадаю и молю её!

В Нгампацале и восьми великих кладбищах,
И в Кайлодроге и в восьми меньших местах силы,
Она показала восемь великих и малых чудесных
просветленных деяний
К стопам Мандаравы я припадаю и молю её!

Затем, Гуру Падмасамбхава и супруга направились в страну Уддияну изгонять все неверные воззрения искусственными методами. Они повернули колесо Дхармы, и все освободились в тело света. К стопам Мандаравы я припадаю и молю её!

В соответствии с предсказанием гуру,
Она отправилась в Шамбалу и искусствами средствами укро-
щала живых существах в двадцати пяти блаженных областях.
Один миллион триста тысяч удачливых последователей
освободились в тело света.
К стопам Мандаравы я припадаю и молю её!

oooooooooooooooooooooooooooo

Затем она отправилась на вершину самой высокой горы
в Бхече, Индии,
Где все оставшиеся передачи были переданы без исключения.
Она проявила как два цветка утпала красного и белого
цвета - в Тибете и Непале.
К стопам Мандаравы я припадаю и молю её!

Растворившись в пространстве подобно радуге, не оставив
останков,
Она ушла в рай Акаништха Падмавьюхи.
Она преобразилась в воплощение высшей супруги,
изначальной тайной дакини мудрости.
К стопам Мандаравы я припадаю и молю её!

Вместе с девяноста последователями ригдзинами
После растворения в радужное тело, она проявила
вновь для блага других.
Мандарава проявлялась беспрестанно, воплощаясь как дакини
обуздывать умы существ наилучшими способами.
К стопам Мандаравы я припадаю и молю её!

В измерении Великого Блаженства она известна как тайная
супруга мудрости Пандаравасини;
В измерении Къхчари как Натьендри;
А в Захоре как Дунгмен Кармо.
К стопам Мандаравы я припадаю и молю её!

Пусть я и другие во всех своих будущих жизнях никогда
не отделяются от неё, высшей среди дакини! Да освободим-
ся мы от временных и абсолютных страхов, да реализуем
мы совершенное состояние Будды! По примеру её множества
жизней, совершенствуясь в Дхарме, да достигнем мы все
просветления! Пусть все без исключения мешающие пре-
пятствия будут усмирены. Пусть благо других будет быстро
достигаемым и совершенным! Надели меня благословением
утвердить всех существ в состоянии Победоносной Матери,
опустошив измерения самсары. Для тех, кто никогда не от-
ступает от этих слов и сохраняет однонаправленность, пусть



препятствия, накопленные за бесчисленные прошлые жизни, будут очищены без остатков! Совершенствуя все благородные качества на ступенях и путях, и встречая dakini, обычные и высшие сиддхи будут быстро обретены; негативные накопления создающие болезни и препятствия из-за демонов будут обращены вспять без исключения; прибудут блаженство долгой жизни, превосходное здоровье и изобильные процветание и достаток. Что бы не пожелалось, будет происходить само собой.

Не сомневайся, что мать Мандарава проведёт в будущее место перерождения – Измерение Великого Блаженства. Таким образом, для всех существ, включая удачливых последователей в Тибете, кто бы не записывал или читал это краткое повествование о жизнях и освобождении Мандаравы, совершал простирания, подношения и молитвы с верой и преданностью, для тех сами собой исполняются все желания. Кто бы просто не читал это повествование с чистой верой, освободится от заразной болезни, борьбы, неудачи и засухи; черная магия, проклятия и сокрушительные угрозы будут усмиренны. Опасность безвременной смерти и препятствия для жизни будут отброшены при прочтении этого повествования сто раз. Если читать этот текст, болезни у четвероногих тварей, также как у претерпевающих лишения бедняков будут уменьшены, и благая удача и процветания прибудут. Если кто-либо желает потомков, семейная линия возрастет при чтении этого текста. У кого бы не был этот текст о её жизнях и воплощениях беспрепятственно достигнет всего желаемого. Где бы не была копия этого текста – в монастыре, деревне, городе или в доме – духи, демонические силы, повелители стихий



Художник: Иван Чуков

oooooooooooooooooooooooooooo

будут держаться на расстоянии, неспособные приблизиться ближе, чем на милю. Если это повествование начитать сто раз для обретения благоприятного будущего рождения, освободиться страхи низких миров, и сознание переместиться в измерение Къхечари.

Истинные блага этого повествования настолько поразительны, что их просто нельзя описать. Если его носить на теле, последствия омрачений не проявятся. Не нужно будет бояться оружия, и яд потеряет свою силу. Усмирятся заразные болезни, открытые, гноящиеся раны и проказа. Болезни, одержимость демонами, мешающие силы и весь подобный вред потеряет силу. Если это повествование читать перед отправлением в путь, все несчастные случаи и такие опасности как, нападения из засады, воровство и опасные тропы будут преодолены. Если хранить этот текст как объект почитания, совершая постоянные простирания, обходы и подношения, то следующее рождение определенно произойдет в Измерении Великого Блаженства. Поэтому, живые существа будущих поколений поступайте соответственно.

Самая

Этим завершается тридцать восьмая глава
Жизней и Освобождения Принцессы Захора, Мандаравы,
Называемые Драгоценная Гирлянда:
Сущностная молитва к последовательным проявлениям
Мандаравы.

Перевод с тибетского: Лама Чонам и Сангье Карпо

Перевод с английского: Иван Чуков



Кристофер Дай

ДРУБЧЕН ДЖНЯНАДАКИНИ с Чогьялом Намкаем Норбу

31 мая – 15 июня 2007

Ташигар Норте, остров Маргарита, Венесуэла

Друбчен – традиционная форма медитационного ретрита в тибетском буддизме, который продолжается около десяти дней. В нем участвует много мирян и монахов, его проводят по меньшей мере один лама высокого уровня. Д. считается очень сильной практикой, утверждается, что он служит противодействием негативным силам, создает внутреннее умиротворение в практикующих, в общине и во всем мире. Тибетские буддисты традиционно верят, что посещение друбчена приносит такую же пользу, как и семь лет одиночной практики. В ходе всего ретрита практикующие повторяют молитвы и мантры друбчена круглые сутки. Кроме того, ламы иногда готовят в большом количестве особое травяное лекарство – дудчи, которое, как утверждается, действует физическому и духовному благополучию.

/Из Википедии

После долгого засушливого сезона на острове Маргарита в Венесуэле, наконец-то настал долгожданный момент: начался первый друбчен в истории Дзогчен Общины. На этом ретрите собралось более 500 членов Общины со всего мира. Наш драгоценный учитель в первый день ретрита сказал, что он тоже очень ждал проведения такого друбчена. Несмотря на то, что

oo

расписание дробчена было весьма интенсивным, Ринпоче выглядел бодрым и полным сил. Ежедневно были две сессии практики, утренняя и вечерняя. Перед каждой практикой Ринпоче давал наставления и учения по самым разным темам, связанным с передачей. Он описывал несколько своих снов ясности, о которых так любят слушать ученики. Один из этих снов Ринпоче увидел, когда он с отцом отправился получать учения у сына Чангчуба Дордже. Ринпоче приснилось, что перед ним появилась монахиня и подала ему особый камень со священными письменами на нем. На следующее утро, после того, как Ринпоче рассказал отцу про этот сон, та самая монахиня из сна пришла и подала ему тот самый камень! Ринпоче с отцом были очень удивлены.

Одной из тем, о которых Ринпоче рассказывал во время ретрита была самая. Он дважды упоминал знаменитое высказывание великого учителя Ваджраяны Атиши: «Сущность самаи – сохранять чистое видение». Следуя наставлениям учителя, практикующие повсюду стремились воплощать дух сотрудничества. Ганчи Ташигара Норте отлично поработал – ведь пришлось улаживать миллион разных дел. Порой им приходилось в короткое время распечатать более 500 копий текстов, а некоторые члены общины предоставили свои компьютеры для того, чтобы можно было на них размножить компакт-диск, который Ринпоче подготовил для участников.

Члены Восточного Цегьялгара также сделали мультимедийную презентацию о священной земле Кандролинг, которая имеет важную связь с Гома Деви и Танцем Ваджра, а также о новой программе по изучению тибетской медицины





в Институте Шанг Шунг, которую преподает и координирует племянница Ринпоче, доктор Пунцог Вангмо.

Общий дух открытости и щедрости воплотили те члены общины, которые организовали сбор денег на приобретение баков для воды для десяти семей бедняков, которые жили рядом с Ташигаром. Эти семьи крайне нуждались, и щедрость не осталась незамеченной: когда мы шли утром в Гар, то встретили членов городской команды по бейсболу. Один из них спросил: «Ташигар?» Когда мы ответили «Да», он улыбнулся и сказал: «Ташигар – хорошо!»

Друбчен, прежде всего, был временем интенсивной практики. Ближе к концу ретрита вокруг солнца проявилось тигле. Ринпоче сказала, что это был отличный знак нашей совместной практики. В последний день, по завершении ретрита, Ринпоче выглядел очень довольным. Он сказал, что друбчен мы сможем помнить ещё много лет, и что хотя это только первый друбчен в нашей общине, он надеется, что у нас их будет гораздо больше – отличные новости для всех нас! Напоследок Чогьял Намкай Норбу попросил всех, кто возвращается в свои города и общины передать всем-всем, что он в добром здравии и чувствует себя отлично!





Чогъял Намкай Норбу

ПОДАРКИ ГАНЧИ, УЧИТЕЛЯМ ТАНЦА ВАДЖРА И МАНДАЛАМ ТАНЦА

13 июня 2007

Ташигэр Нортэ

Я хотел бы передать небольшие подарки для всех ганчи Дзогчен Общины. Вы знаете, что у нас есть много разных ганчи: гаров, лингов, и малые ганчи в разных местах. Я считаю, что ганчи важны для сохранения учений Дзогчен. Моя идея состоит в том, чтобы когда Намкай Норбу исчезнет, учение Намкай Норбу не исчезло. Я надеюсь, что учение, которое я передаю более тридцати лет, будет продолжаться. Я полагаю, что учение Дзогчен, которому я учу очень важно, и не только из-за названия «Дзогчен», а потому что оно затрагивает истинный смысл учений. Нам нужно сохранять это для будущих поколений, чтобы все практикующие, все, кто следуют учению, имели такую ответственность.

Некоторые говорят: «Мне нравится Учение Дзогчен, но я не люблю организации, я не люблю ганчи и так далее». Мы живём в обществе. Общество организовано, мы не можем жить без какой-то организации. Мы стараемся организовать общщину так, чтобы это соответствовало учениям. То есть это более-менее принцип ганчи, и таким образом нам нужно работать в будущем.

Поэтому я считаю, что ганчи важны, и хотя у меня нет каких-то больших подарков, я хотел бы передать просто что-нибудь на память. Пожалуйста, по одному представителю от каждого ганчи подойдите и возьмите подарок. Я раздаю несколько копий танки Гуру Драгпуря. Эта танка Гуру Драгпур связана с терма моего дяди, поэтому Гуру Драгпур особенно важен для меня, поэтому я и хочу раздать копии для ганчи. Это не просто копия, они наделены силой. Сперва подойдите представители гаров, потому что в гарах больше людей. Копий несколько, поэтому вы их можете раздать людям, которые более активны в ганчи. Теперь ганчи лингов.

oooooooooooooooooooooooooooo



(Подходили люди из Бразилии, Аргентины, России, Украины, Швейцарии, Австрии, Венгрии, Голландии, Коста Рики и др.)

Мы заканчиваем ретрит Джнянадакини, еще у нас есть ваджрный танец. Танец Ваджра— особая практика, в особенности потому, что это учение исходит от Гома Деви. Поэтому я хотел бы выразить почтение всем учителям Танца Ваджра.

Подходите пожалуйста, все учителя Танца. Тут по несколько копий, можете раздать также лучшим ученикам. Там, где есть Ваджрная Мандала, даже если она частная, или принадлежит Гару или Лингу, пожалуйста, каждый представитель мандалы может подойти. [Подарком была освященная копия танки Гома Деви.] Это всё. Спасибо.





Мария Степаник

ПЕРВЫЙ РЕТРИТ В РУМЫНИИ

Купаясь с нами в море на ретрите в Восточном Меригаре, Ринпоче сыграл в одну игру под названием «Шарипутра». Всех тех, кто не знал правил, он попросил встать в центр, а тех, кто уже играл в эту забаву – построиться вокруг новичков. Намкай Норбу и «бывалые игроки» начали водить руками по морю и припевать: «Шари-шарипутра», а затем... забрызгали ни о чем не подозревающих нас водой.

Довольно смеясь, Учитель сказал: «Это первая Шарипутра в Румынии».

Все здесь действительно было в первый раз. Для Ринпоче и для нас - первый ретрит в новом гаре, в незнакомой местности. Для организаторов – первый подобный опыт. Шутка ли – организовать ретрит на новом месте для 550 человек, приехавших из Германии, Франции, России, Украины, Кипра, Финляндии, Польши, Румынии, Молдовы, Чехии, Италии, Словакии, Латвии, Литвы, Эстонии и даже из Ливана – простите, кого забыла, нас правда было много!

В первый же день ретрита Ринпоче сказал, что несмотря на то, что пока гар – просто участок в поле, это особое место для Дзогчен-общины. И мы это действительно почувствовали – в Восточном Меригаре много ветра, солнца и пространства, а в бескрайнее голубое небо можно смотреть бесконечно. Ринпоче здесь был в превосходном настроении и отличной форме: часто шутил, и дарил нам драгоценную возможность пообщаться с ним не только в гомпе, а и в столовой, и в море, когда мы плавали рядом.

На утренних занятиях сперва мы получали наставления Ринпоче по шине и лхатонг, а затем вместе с ним делали практику чудлен Мандаравы — что, надо сказать, прибавляло сил, ведь до гара многим пришлось добираться пешком. Выполняя практику чудлен, нужно было придерживаться диеты, но это было несложно — есть всё равно не очень хотелось.

На следующий день после окончания ретрита Ринпоче провел встречу с русскоговорящими практиками. Мы с нетерпением ждали этой встречи и очень волновались. Никому не хотелось огорчать Учителя своим поведением, и вместе с тем в общине накопилось много важных вопросов, ответы на которые мы хотели услышать.

Учитель рассказал о сложностях, которые в последнее время существовали в русскоязычном пространстве, а также сообщил, что если мы все сможем организовать большой ретрит, на который смогут приехать все заинтересованные, то он готов его провести.

Ринпоче также сообщил, что ганчи Восточного Меригара будет недостаточно для всех русскоязычных стран, им нужен свой ганчи, роль которого будет преимущественно информационно-кординаторская, в нём не будет разделения на сектора. В этот ганчи войдут девять человек: по одному представителю от Украины, Латвии, Литвы и Эстонии, и представители пяти регионов России: Москвы, Санкт-Петербурга, Центральной части России (Урал, Волга), Байкальского региона и Дальнего Востока. Один из членов ганчи русскоговорящих стран будет представителем в ганчи Восточного Меригара.

Ринпоче попросил сразу же выбрать этого представителя и собрание выдвинуло Ульяну Соколову из Москвы. Прочих представителей было решено выбрать на местах и предложить их кандидатуры на утверждение Ринпоче.

Фотографии с ретрита можно посмотреть по адресу:
<http://www.retrit2007.narod.ru>

<http://photofile.ru/users/merigar-east/2936965/>

А с полной записью выступления Чогъяла Намкай Норбу на этом собрании можно ознакомиться у местного ганчи.



КАК МЫ ЕЗДИЛИ К ДХАРМАРАДЖЕ В РУМЫНИЮ

Начало Румынского ритрита было в Одессе. Крымчане ехали в одном поезде, но в разных вагонах, на протяжении всего состава. В Одессе скооперировались, и благодаря гостеприимству Александра Афонина, качественно отдохнули в чудесной одесской квартире. Севастопольские повара Руслан и Алексей приготовили прекрасную Ганапуджу, после которой мы разделились на части – одни на море, другие просто упали спать. К вечеру встретились и все вместе прогулялись по городу. При посадке в автобусы обнимались так, словно едем на фронт. Переживали все: для кого-то эта была первая поездка за границу, а тут предстояло проехать аж четыре кордона. Когда встретились на промежуточной стоянке – уже повеселели.

Когда въехали в Румынию – думаю, у всех крымчан была одна и та же мысль: а что мы так долго ехали??? Было ощущение, что мы – ДОМА. Только кто-то поменял вывески – теперь они были на румынском языке. Все остальное было очень родным. И еще не хватало гор.

Дорога оказалась ровной, и хотя устали, но все-таки никаких особых волнений не было, кроме незначительных задержек на границах. Нас привезли к отелю, и после ночи напряжения, номера показались просто прекрасными. Первая вылазка по ближайшей территории показала, что можно спокойно говорить на английском, в каждом магазине или Интернет клубе его понимают. Уже стало легче.

Некоторое стойкие практики в тот же вечер отправились в Восточный Меригар, и помогали там готовить гомпу. Скажу честно, меня не хватило на этот подвиг, я посмотрела на большую палатку в поле из окна отеля и легла спать.

Утром, пока шли в Гар, еще не зная, как долго идти – было ощущение некоторой придвинутности – все-таки из окна это выглядело именно палаткой в поле. Но когда уже открылся весь вид – сердце подскочило прямо к макушке! Теперь



Гар казался приземлившимся посреди равнинны космическим кораблем. Тоску разнесло на кусочки, все тело пропустилось бегом к заветному месту. Огромное, такое большое, что видно как закругляется Земля, золотое небо, под ним – красивейшая равнина, обрамленная небольшими холмами, и дорожка среди этого поля – ведущая прямо к гомпе. Перед дорожкой стоит деревянный щит: MERIGAR!



НУ ВОТ, МЫ ДОМА НАКОНЕЦ!!! Лица стали детскими, сквозь улыбки дрожали слезы - мы пришли, мы здесь, с Ринпоче.

Первая лекция казалась сном. Вот Ринпоче, вот лица тех, кого узнаешь по повороту головы, родные, и Песня Ваджра на всю планету разносится по интернет-серверам.

Ощущение было необычайной монси, Ринпоче казался намного моложе, чем прежде, много смеялся, двигался легко и даже кокетливо, выглядел озорным совершенно счастливым.

Программа ритрита была настолько плотной, что при всем желании «съесть» все не удавалось - Янтра Йога утром и вечером, Танец Ваджра для новичков и продолжающих, и еще объяснения практик, которые тоже хотелось послушать, но, увы, – удавалось порой под них только поспать в гомпе.

На Янтра Йогу ходили, кажется, даже те, кто едва мог дойти до Гара – появление Тицианы и Фабио оказывало магическое действие: все вдруг становились йогами! С Тицианой по утрам просыпались, и дальше легче было слушать Ринпоче. А вечером Фабио своим артистизмом просто завораживал зал, при его мимике и жестикуляции перевод было практически

oooooooooooooooooooooooooooo

не нужен. Сразу после этого начинался Танец Трех Ваджр с Адрианой дал Борго – в нее влюбились ВСЕ!!! На Мандалу вышли все участники ритрита, первые дни изучения Танца Трех Ваджр менялись до самой темноты, и не все успевали попробовать. Уже в последние дни ритрита многие не могли выдержать всю программу, и в результате на Мандалу можно было успеть ВСКОЧИТЬ – именно вскочить. Потому что нужно было обогнать трех-четырех конкурентов. Менялись несколько раз, на трех мандалах. А в заключение танцевали комплит – конечно, все мечтали быть на мандале с Адрианой! Казалось – она это знает, и время от времени она переходила на соседнюю мандалу – поделиться своим благословением. :)

Море было близко, так что можно было купаться по дороге в Гар и обратно, и в перерывах между занятиями. Самыми счастливыми были, конечно же, моменты неформального общения с Ринпоче. После лекции в течении часа он принимал всех желающих прямо в гомпе, затем шел обедать в столовую, которая находилась тут же, в пяти метрах от гомпы. А в последние два дня ритрита счастливчикам удалось застать купание с Ринпоче – думаю, у всех было ощущение малых детей вокруг него. Новичков «шарипутрили», то есть качественно забрызгивали в центре круга водой, Ринпоче часто нырял, изображал морского царя Нептуна, и просил окружающих показать показать ему «дельфина». У некоторых получалось и красиво нырнуть, и он хвалил.

А 24 августа во время купания, уже после завершения ритрита, к Ринпоче приплыл настоящий дельфин – он подплыл к берегу так близко, что было очевидно, что он именно приплыл к Ринпоче. Потому что было совсем мелко и для дельфина нелегко нырять там, где человеку едва по пояс воды. Это было кульминацией общего восторга!

Затем Ринпоче отправился обедать тут же, на берегу, в ресторанчик, и мы все конечно же пошли вместе с ним. Во время обеда Ринпоче передавал со своего стола блюда с едой, так что даже те, кто не мог себе позволить потратить лишнее – тем не мене могли объединиться в заключительной спонтанной Ганапудже с Учителем.

◇◇◇

Когда Ринпоче отправился в машину – мы стайкой пошли провожать его. Он оглянулся и махнул нам – БАЙ! Мы поняли, что дальше не нужно идти, что он вовсе не хочет ПРОЩАТЬСЯ с нами –напротив, все очень обыденно - вот сейчас искупались. пообедали. А теперь нужно заняться делами. Каждому своими. Настанет срок – снова встретимся. Все как всегда, никаких мучений разлуки. И так и осталось в сердце – он уехал, но было ощущение, что все только началось.

Уезжать не хотелось. Конечно, устали, не все было гладко. Но очень много было живого общения с Ринпоче, и уходя из Гара, практически не было чувства покидания. Остались в мыслях рисунки Ринпоче - какой будет гомпа, осталась в сердце Констанца - так похожая на Одессу!!! И не было боли прощания - было очень сильное желание ПРОДОЛЖАТЬ, и еще - было чувство стыда за то, что продолжаем огорчать Ринпоче своим поведением. Хотелось крикнуть: мы сможем! Мы все сможем! Только будьте с нами ВСЕГДА!!!

И это так и звенит в горле, с Песней Ваджра - гимном Вечности за пределами страданий.

В Одессе еще раз сделали Ганапуджу у доброго рыцаря Александра Афонина, в теплой компании практикующих, съездивших к Дхармарадже, обменялись фотографиями и повезли свои впечатления по домам.

Особую благодарность за счастливое прохождение этого ритрита хочется высказать Евгении и Руслану Носач из Севастополя, которые решали серьезные вопросы по организации перевода, записи и возможности продажи дисков с ритритом, другие невидимые для других, но очень важные нюансы – оформление рассрочки оплаты за ритрит, например, для тех, кто в этом нуждался.

Игорь Берхин, как и всегда – переводил ясно и четко, что было совсем нелегко на фоне голосов других переводчиков.

Саша Пубанц посвятил много времени объяснению практики с Ринпоче, и так же переводил, вместе с Яной Со-



коловой, речь Ринпоче во время неформального общения в столовой и на море. Спасибо всем, кто переводил занятия по Янтра Йоге, спасибо Яне Соколовой за помошь во время занятий с Адрианой даль Борго. Спасибо Машеньке Степаник, которая сделала изумительные фотографии Ринпоче и участников ритрита. Спасибо всем людям из разных концов бывшего советского Союза, которые по-прежнему остались братьями и сестрами от Владивостока до Питера – за все время ритрита, к кому бы не приходилось обращаться за помошью – никто не отказывал, помогали менять валюту, давали телефоны для звонка домой, занимали денег в те моменты, когда оказывалось, что чего-то не хватает. Было ощущение огромной семьи, и не было времени пообщаться со всеми, с кем хотелось. Поэтому – хочется еще, еще, еще встретиться – с РОДНЫМИ!

Пожелание всем, кто собирается встретиться с Ринпоче: учите английский язык!!! Очень пригодится!!!!

*ВСЕХ ОБНИМАЮ,
с наилучшими пожеланиями новых счастливых встреч –
Андреас Богевичус, г.Феодосия.*

Информационное интернет-издание

ЗЕРКАЛО

выпуск № 8

Информационный бюллетень русскоязычной Дзогчен-общины

Главный редактор:

Андрей Беседин

andrei.besedin@gmail.com

Корректор:

Елена Глинская

Компьютерная верстка:

Ольга Бондарева

Веб-страница:
<http://merigar-east.dzogchen.ru>

Издание предназначено для свободного распространения на некоммерческой основе.